

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-09		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (GLU, JAJ, SEL), Karkówka z pieca z cebulką 80g (MIE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty pekińskiej z porem 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Rzodkiewka drobno tarta 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2054.79 kcal; Energia: 8102.43 kJ; Białko ogółem: 68.88 g; białko zwierzęce: 22.54 g; białko roślinne: 27.97 g; Tłuszcz: 85.45 g; Węglowodany ogółem: 269.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.12 g; Sód: 3850.30 mg; Potas: 3327.37 mg; Wapń: 139.83 mg; Fosfor: 1011.19 mg; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; suma cukrów prostych: 49.08 g; Woda: 675.41 g; Popiół: 13.05 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Filet królewski z indyka 40g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (GLU, JAJ, SEL), Schab duszony w sosie własnym 80/80 160g (GLU), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Sałata z pomidorem i olejem 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Jajko faszerowane twarogiem 1szt (MLE, JAJ), Jogurt owocowy 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2397.70 kcal; Energia: 9123.66 kJ; Białko ogółem: 91.60 g; białko zwierzęce: 50.84 g; białko roślinne: 28.52 g; Tłuszcz: 102.70 g; Węglowodany ogółem: 292.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.44 g; Sód: 2397.30 mg; Potas: 3620.16 mg; Wapń: 245.59 mg; Fosfor: 1364.87 mg; Błonnik pokarmowy: 29.80 g; suma cukrów prostych: 48.66 g; Woda: 753.17 g; Popiół: 15.24 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ser topiony 25g (MLE, GLU), Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (GLU, JAJ, SEL), Karkówka z pieca z cebulką 80g (MIE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty pekińskiej z porem 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), jajo gotowane 1/2 szt 25g (JAJ), Rzodkiewka drobno tarta 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2044.45 kcal; Energia: 8305.25 kJ; Białko ogółem: 76.20 g; białko zwierzęce: 29.08 g; białko roślinne: 33.59 g; Tłuszcz: 99.34 g; Węglowodany ogółem: 236.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.13 g; Sód: 4302.73 mg; Potas: 3402.42 mg; Wapń: 283.67 mg; Fosfor: 1243.38 mg; Błonnik pokarmowy: 26.98 g; suma cukrów prostych: 17.28 g; Woda: 799.19 g; Popiół: 15.43 g;		

Dietetyk